



Mi Universidad

Super nota

Alexa Paola Bermúdez Fernández

4to Parcial

Medicina Alternativa

Daniela Monserrath Méndez Guillen

Nutrición

5to cuatrimestre

Comitán de Domínguez, Chiapas a 28 de marzo del 2025

NUTRICION Y MEDICINA ALTERNATIVA

Fitoterapia

Ciencia que estudia el uso de plantas medicinales para tratar enfermedades, aliviar síntomas o prevenir enfermedades



Planta medicinal

Son plantas que se utilizan para prevenir o curar enfermedades, aliviar síntomas, o aumentar la energía. Se pueden preparar de diversas formas, como infusiones, cocidas, en cataplasmas.

Droga vegetal

Se denomina así a las plantas o sus partes enteras, molidas o pulverizadas (flores, frutos, semillas, tubérculos, cortezas, etc.)



NUTRICION Y MEDICINA ALTERNATIVA

Principio activo

Sustancia que produce el efecto terapéutico de un medicamento o cosmético.



¿Qué nos ofrecen las plantas?

Las plantas nos ofrecen principios inmediatos y principios activos

Introducción a la fitoterapia

Consiste en usar especies vegetales y sus derivados para prevenir, curar o aliviar síntomas y enfermedades. Esta ciencia nace del hombre ya que desde la prehistoria siempre se ha tratado de mitigar las enfermedades



NUTRICION Y MEDICINA ALTERNATIVA

Lavanda

Destaca por sus propiedades calmantes y sedantes. Pues, alivia el dolor de cabeza, previene el insomnio y relaja y favorece el descanso. Y su aceite se utiliza para los dolores musculares y los problemas respiratorios.



Romero

Planta medicinal y aromática con efectos antioxidantes. También puede usarse de forma externa para aliviar dolores musculares o articulares.

Aloe Vera

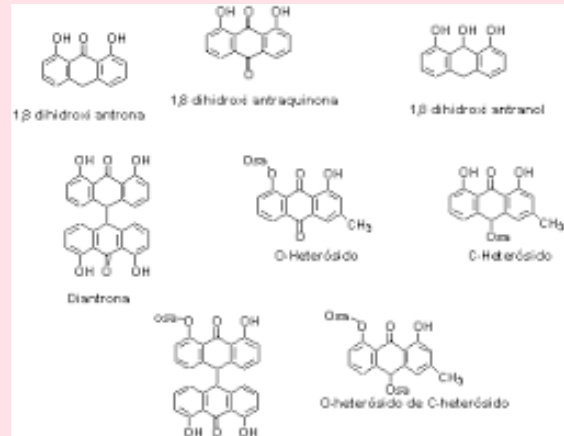
Posee una acción analgésica y antiinflamatoria. Alivia las quemaduras en la piel y estimula la regeneración celular con rapidez. Además, también es rejuvenecedor y nutre la piel, también es un buen laxante y alivia las afecciones respiratorias.



NUTRICION Y MEDICINA ALTERNATIVA

Heterósidos

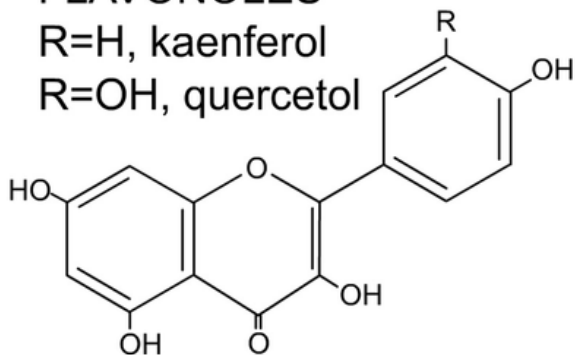
Son compuestos formados por la asociación de un glúcido y de un cuerpo activo no azucarado, llamado genina o aglicona.



FLAVONOLES

R=H, kaenferol

R=OH, quercetol



Heterósidos flavónicos:

Farmacológicamente

destacan por su baja toxicidad y por su acción vitamínica P, además presentan acciones diurética, antiespasmódica, antiulcerosa, antiinflamatoria, anti-gástrica.

Hidrolitos

Son soluciones cuyo disolvente es el agua. Sin duda es la forma líquida más difundida en Fitoterapia. Se trata de una solución acuosa extemporánea en la que se encuentran disueltos los principios activos



NUTRICION Y MEDICINA ALTERNATIVA

Zumos

Se define como zumo a la expresión de plantas frescas o a parte de ellas. Los zumos de algunas plantas medicinales se emplean en Fitoterapia



Comprimidos con polvo de droga

Muy poco empleadas en Fitoterapia, ya que la cantidad efectiva de droga que se puede incorporar a un comprimido es muy pequeña (de 100 a 300 mg), por limitación de tamaño. De manera que para ingerir una dosis terapéutica habría que tomar de 2 a 6 comprimidos.

Cápsulas de glicerogelatina

Cápsulas con polvo muy fino de las drogas con extractos secos, para la administración oral de preparados fitoterapéuticos. Esta forma de presentación es fácil de tomar y además evita los problemas organolépticos.



NUTRICION Y MEDICINA ALTERNATIVA

Aceites y oleatos

Son soluciones medicamentosas en las que los principios activos de las plantas medicinales se encuentran disueltos en excipientes oleosos, generalmente se trata de un aceite vegetal obtenido por expresión en frío.

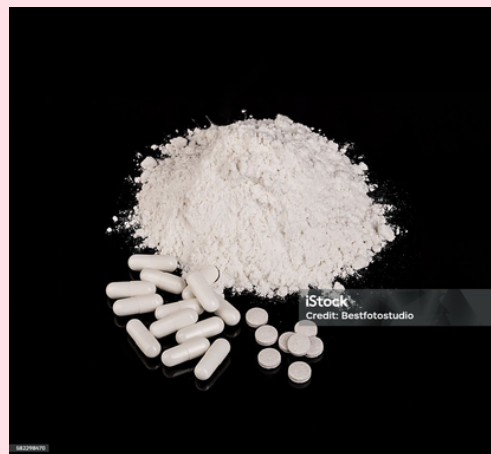


Comprimidos con polvo de droga

Muy poco empleadas en Fitoterapia, ya que la cantidad efectiva de droga que se puede incorporar a un comprimido es muy pequeña (de 100 a 300 mg), por limitación de tamaño. De manera que para ingerir una dosis terapéutica habría que tomar de 2 a 6 comprimidos.

Tinturas y alcoholatos

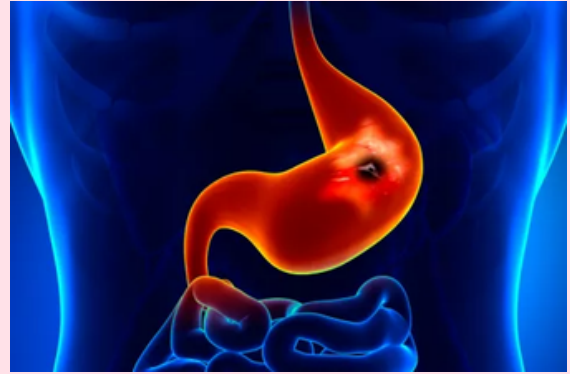
Preparados líquidos coloreados resultado de la acción disolvente de mezclas hidroalcohólicas, o eventualmente otros líquidos orgánicos, sobre drogas secas y a temperatura ambiente.



NUTRICION Y MEDICINA ALTERNATIVA

Dispepsia

También conocida como indigestión, es un malestar o dolor en la parte superior del abdomen. Puede sentirse como ardor, calor o dolor entre el ombligo y el esternón.

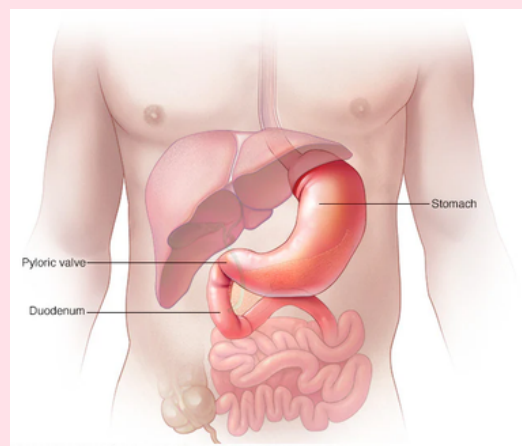


Flatulencia

La flatulencia, también conocida como gases o flatos, es la acumulación de gases en el intestino que se expulsan a través del recto.

Gastritis

Inflamación del revestimiento interno del estómago, que puede ser aguda (de corta duración) o crónica (de larga duración), y puede causar síntomas como dolor abdominal, náuseas y vómitos.



NUTRICION Y MEDICINA ALTERNATIVA

Úlceras

Llaga o lesión abierta en la piel o en una membrana mucosa, caracterizada por la pérdida de tejido y la exposición de capas subyacentes.



Vomito

El vómito es la expulsión forzada de los contenidos del estómago a través de la boca. Es un mecanismo de defensa del cuerpo para expulsar sustancias nocivas ingeridas.

Disfunciones biliares

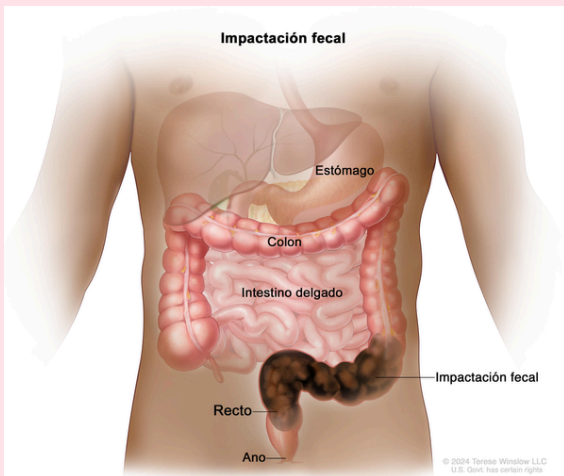
Afecciones que afectan el flujo de la bilis, un líquido digestivo producido por el hígado. Pueden causar síntomas como dolor abdominal, ictericia y problemas digestivos.



NUTRICION Y MEDICINA ALTERNATIVA

Diarrea

Afección que se caracteriza por tener heces blandas o acuosas, y evacuarlas con frecuencia. Puede ser leve y desaparecer en unos días, o durar más tiempo.



Estreñimiento

El vómito es la expulsión forzada de los contenidos del estómago a través de la boca. Es un mecanismo de defensa del cuerpo para expulsar sustancias nocivas ingeridas.

Sistema cardiovascular

Enfermedad cardíaca se refiere únicamente a las enfermedades del corazón y del sistema de vasos sanguíneos del corazón, y la enfermedad cardiovascular se refiere a las enfermedades del corazón y a las enfermedades del sistema de vasos sanguíneos



NUTRICION Y MEDICINA ALTERNATIVA

Propiedades del ajo

Es uno de los alimentos y remedios naturales más estudiados en el tratamiento de las enfermedades cardiovasculares como la Tensión arterial alta, el colesterol, cardiopatías, entre otras, y como principios activo más destacables del ajo esta la alicina.



Propiedades del Jengibre

Buen recurso para favorecer la circulación sanguínea, ayudando a disolver trombos en las arterias y disminuyendo los niveles de colesterol en sangre, anginas de pecho, además, ayuda a prevenir una serie de enfermedades vasculares



Alcachofa

Produce una disminución del colesterol en sangre, disminuir la presión arterial, y la prevención de la arterioesclerosis, esto se debe a sus componentes ácidos principalmente. Asi mismo, ayuda en la recuperación de infartos, anginis de pecho y mala circulación.



NUTRICION Y MEDICINA ALTERNATIVA

Té verde

En el aparato circulatorio tiene la capacidad de disminuir el colesterol, fluidifica la sangre, tonifica el corazón y lo protege contra un infarto de miocardio o anginia de pecho



Eucalipto

Es la planta más recomendable en cualquier afección respiratoria por ser expectorante (ayuda a expulsar el moco) y broncodilatador.

Menta

Ideal para casos, congestión nasal sinusitis o bronquitis. Produce un frescor inmediato con un efecto tónico que mejora la circulación de la sangre local, desinflamando los senos nasales que producen taponamiento y ayudando a expulsar el moco.

